

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

A. Hasil Penelitian Terdahulu

Temuan penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti tercantum dibawah ini :

Tabel 2.1 Hasil Penelitian Terdahulu

No	Judul Penelitian	Desain & Metodologi	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1	Pengaruh Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Peserta Didik di SMPN 166 Jakarta Bikriyah, N. (2020)	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik analisis regresi linear pada taraf signifikan 5% atau 0.05. Sampel yang digunakan yaitu 42 responden menggunakan teknik <i>random sampling</i> .	Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kesehatan mental peserta didik dapat dipengaruhi oleh penggunaan media sosial, hal tersebut dapat dibuktikan dengan hasil uji t yakni $t_{hitung} > t_{tabel}$,	Penelitian ini sama saja menggunakan media sosial	Variabel yang digunakan adalah media sosial instagram
2	Dampak Penggunaan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental dan Kesejahteraan Sosial Remaja Dimasa Pandemi Covid-19. Septiana, N. Z. (2021)	Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain <i>eksplanatori</i> dengan responden 257. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis <i>regresi linier sederhana</i> dan analisis M.Anova.	Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh antara penggunaan media sosial terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan sosial remaja dimasa pandemi covid-19.	Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif	Dalam penelitian ini eksplanatori dan variabel yang digunakan kesehatan sosial remaja
3	Hubungan Penggunaan Media Sosial Terhadap Kesehatan Mental Remaja di SMA N 1 Ratahan Walintukan, A. Y. (2019)	Penelitian ini merupakan kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i> dengan jumlah responden 94. Analisa data menggunakan uji <i>chi square</i> .	Hasil analisa data menggunakan uji chi square dengan nilai signifikan p-value yaitu 0.020 artinya ada hubungan yang signifikan antara penggunaan media sosial dengan kesehatan mental remaja.	Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan pendekatan <i>cross sectional</i>	Dalam penelitian ini adalah menggunakan semua media sosial
4	Pembinaan Kesehatan Mental di Era Digital untuk Remaja. Sunnah, I. (2020)	Pada penelitian ini, pembinaan dilakukan dengan memberikan materi dan evaluasi berupa <i>pre-test</i> dan	hasil evaluasi yang diperoleh menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pemahaman kepada	Penelitian ini menggunakan variabel kesehatan mental remaja	Dalam penelitian ini hasil evaluasi dilihat dari pre

	<i>post-test</i> kepada 33 siswa. Prosentase siswa yang memiliki kategori pemahaman tersebut dihitung untuk menentukan keberhasilan materi.	siswa setelah diberikan edukasi tentang kesehatan mental		test dan postes	
5	Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang Dampak Positif dan Negatif Penggunaan Media Sosial Terhadap Kesehatan Fisik dan Mental. Sari, T. H. (2020)	Metode dalam kegiatan ini adalah pendidikan kesehatan dengan pendekatan peer group.	Hasil kegiatan ini didapatkan pre-test dan post-test, terjadi peningkatan pengetahuan dengan nilai rata-rata pre-test 78,6 dan post-test 96,6.	Penelitian ini meneliti kesehatan mental remaja dilihat dari pengetahuan tentang dampak positif dan negatif penggunaan media sosial.	Penelitian ini menggunakan pendekatan peer group

B. Landasan Teori

1. Remaja

a. Definisi

Remaja, yang dalam bahasa aslinya disebut *adolescence*, berasal dari bahasa latin *adolescence* yang artinya “tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan”. Bangsa primitif dan orang-orang purbakalamemandang masa puber dan masa remaja tidak berbeda dengan periode lain dalam rentang kehidupan. Anak dianggap sudah dewasa apabila sudah mampu mengadakan reproduksi. Perkembangan lebih lanjut, istilah *adolescence* sesungguhnya memiliki arti yang luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Sarwono, 2011).

Masa remaja adalah masa transisi yang ditandai dengan adanya perubahan fisik, emosi, dan psikis. Masa remaja yakni antara usia 10-19 tahun, adalah suatu priode masa pematangan ogan reproduksi manusia

dan sering disebut masa pubertas. Masa remaja adalah periode peralihan dari masa ana ke masa dewasa (Diananda, 2018).

Berdasarkan paparan diatas, penulis menyimpulkan remaja adalah seorang individu berusia 10-19 tahun yang sedang mengalami proses tumbuh kembang untuk mencapai kematangan ditandai dengan adanya perubahan fisik, emosi dan psikis.

b. Batasan Usia Remaja

Terdapat batasan usia pada masa remaja yang difokuskan pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku dewasa. Menurut Kartono (2014), batasan usia remaja dibagi tiga yaitu:

1) Remaja Awal

Pada masa ini, remaja mengalami perubahan jasmani yang sangat pesat dan perkembangan intelektual yang sangat intensif, sehingga minat anak pada dunia luar sangat besar dan pada saat ini remaja tidak mau dianggap kanak-kanak lagi namun belum bisa meninggalkan pola kekanak-kanakannya. Selain itu pada masa ini remaja sering merasa sunyi, ragu-ragu, tidak stabil, tidak puas dan merasa kecewa.

2) Remaja Tengah

Kepribadian remaja pada masa ini masih kekanak-kanakan tetapi pada masa remaja ini timbul unsur baru yaitu kesadaran akan kepribadian dan kehidupan badaniah sendiri. Remaja mulai menentukan nilai-nilai tertentu dan melakukan perenungan terhadap pemikiran filosofis dan

etis. Maka dari perasaan yang penuhkeraguan pada masa remaja awal ini rentan akan timbul kemantapan pada diri sendiri. Rasa percaya diri pada remaja menimbulkan kesanggupan pada dirinya untuk melakukan penilaian terhadap tingkah laku yang dilakukannya. Selain itu pada masa ini remaja menemukan diri sendiri atau jati dirinya.

3) Remaja Akhir

Pada masa ini remaja sudah mantap dan stabil. Remaja sudah mengenal dirinya dan ingin hidup dengan pola hidup yang digariskan sendiri dengan keberanian. Remaja mulai memahami arah hidupnya dan menyadari tujuan hidupnya. Remaja sudah mempunyai pendirian tertentu berdasarkan satu pola yang jelas yang baru ditemukannya.

c. Karakteristik Perkembangan Remaja

Karakteristik dalam perkembangan remaja (Wong, 2009) adalah :

1) Pertumbuhan Biologis

Perkembangan biologis pada tahap ini dapat dilihat melalui perubahan khusus yang terjadi ketika pubertas yaitu, perubahan pada tinggi badan, organ seks sekunder, perkembangan pada organ-organ reproduksi, perubahan tubuh dan perubahan sistem sirkulasi serta sistem respirasi yang berhubungan dengan aktivitas serta kebutuhan tubuh. Dalam tahap perkembangan biologis banyak remaja merasa kurang puas sehingga kadang tercipta konsep diri yang kurang baik.

2) Perkembangan Psikososial

Remaja akan menghadapi krisis yang mengakibatkan terbentuknya identitas. Tahapan remaja awal dimulai dengan tanda-tanda pubertas, berkembangnya kesiapan mengontrol emosi dan perubahan fisik. Selanjutnya remaja dihadapkan pada identitas versus kebingungan identitas. Remaja pada tahap awal harus mampu menyelesaikan masalah tentang hubungan dengan teman seumuran sebelum mereka akan mampu untuk menyesuaikan dengan pertanyaan tentang diri mereka dan peran dalam keluarga serta lingkungan sekitar mereka.

3) Perkembangan Kognitif

Remaja ada pada tahap operasional formal dimana mereka mulai berpikir secara abstrak, logis dan dapat membuat suatu kesimpulan akhir berdasarkan informasi yang tersedia. Pada tahap ini mereka mulai berpikir tentang diri sendiri serta apa yang orang lain pikirkan tentang diri mereka.

4) Perkembangan Moral

Dalam teori perkembangan moral menyebutkan bahwa remaja pada tingkat ini dapat memahami tugas dan tanggung jawab, memahami perbuatan itu benar atau salah, konsekuensi atas setiap tindakan. Perkembangan moral seorang anak banyak dipengaruhi oleh keluarga dan lingkungan sekitarnya, namun demikian kadang mereka tidak patuh terhadap aturan tersebut.

5) Perkembangan Spiritual

Pada tahap ini remaja mulai mempertanyakan nilai dan keyakinan yang berlaku dalam keluarga mereka. Mereka mungkin memerlukan pendalaman terhadap konsep keberadaan Tuhan dan pada akhirnya menghasilkan suatu keyakinan yang akan mempengaruhi kehidupan spritualitas mereka.

6) Perkembangan sosial

Pada tahap ini, remaja mulai memahami orang lain sebagai pribadi yang unik, baik menyangkut sifat-sifat pribadi, minat maupun perasaan. Pemahaman ini mendorong remaja untuk menjalin hubungan sosial dengan seseorang yang lebih akrab dengan mereka, terutama teman sebaya.

2. Kesehatan Mental

a. Definisi

Kesehatan mental adalah individu yang terbebas dari gejala psikiatri atau penyakit mental, terwujudnya keharmonisan antar fungsi-fungsi jiwa serta mempunyai kesanggupan untuk menghadapi problem-problem yang terjadi dan merasakan secara positif kebahagiaan atas kemampuan dirinya, kemampuan yang dimiliki untuk menyesuaikan diri antar manusia dengan dirinya dan lingkungannya, berlandaskan keimanan dan ketakwaan, serta bertujuan untuk mencapai hidup yang bermakna dan bahagia di dunia dan akhirat (Bukhori, 2012)

Sehat menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia berarti baik seluruh badan serta bagian-bagiannya (bebas dari sakit), waras, yang

mendatangkan kebaikan pada badan, sembuh dari sakit, baik dan normal (tentang pikiran), boleh dipercaya atau masuk akal (tentang pendapat, usul, alasan, dan sebagainya), berjalan dengan baik atau sebagaimana mestinya (tentang keadaan keuangan, ekonomi, dan sebagainya, dijalankan dengan hati-hati dan baik-baik (tentang politik dan sebagainya).

Dari kalangan Psikiatri (kedokteran jiwa) mengemukakan definisi kesehatan mental merupakan terhindarnya seseorang dari gejala-gejala gangguan jiwa (*neurose*) dan dari gejala-gejala penyakit jiwa (*psychose*). Maksud dari gangguan jiwa disini adalah rasa cemas yang sering terjadi tanpa ada sebab, malas, tidak ada gairah untuk bekerja, rasa badan lesu, dimana gejala-gejala tersebut dapat menyebabkan penyakit yang lebih serius seperti *anxiety*, *neurasthenia*, *hysteria* dan sebagainya. Indikator mengenai keadaan sehat mental/psikologi/jiwa yang minimal adalah individu tidak merasa tertekan atau depresi.

Kesehatan mental menurut Fakhriani (2019) merujuk pada kesehatan seluruh aspek perkembangan seseorang, baik fisik maupun psikis. Kesehatan mental juga meliputi upaya-upaya dalam mengatasi stress, ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri, bagaimana berhubungan dengan orang lain, serta berkaitan dengan pengambilan keputusan. Kesehatan mental tiap individu berbeda dan mengalami dinamisasi dalam perkembangannya. Karena pada hakikatnya manusia dihadapkan pada kondisi dimana ia harus menyelesaikannya dengan beragam alternatif pemecahannya.

Dengan demikian, penulis menyimpulkan bahwa kesehatan mental adalah suatu kondisi seseorang yang memungkinkan berkembangnya semua aspek perkembangan, baik fisik, intelektual, dan emosional yang optimal serta selaras dengan perkembangan orang lain, sehingga selanjutnya mampu berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya.

Gejala jiwa atau fungsi jiwa seperti pikiran, perasaan, kemauan, sikap, persepsi, pandangan dan keyakinan hidup harus saling berkoordinasi satu sama lain, sehingga muncul keharmonisan yang terhindar dari segala perasaan ragu, gundah, gelisah dan konflik batin (pertentangan pada diri individu itu sendiri).

b. Karakteristik Kesehatan Mental

Karakteristik pribadi yang sehat mentalnya juga dijelaskan oleh American Psychological Association dalam Notoatmodjo (2012):

1) Aspek Fisik, yang terdiri dari :

- a) Perkembangan Normal, artinya remaja secara fisik mengalami pertumbuhan tubuh yang normal dan bergaul menurut usianya.
- b) Berfungsi untuk melakukan tugas-tugasnya, artinya remaja melakukan semua tugas sesuai dengan kewajibannya.
- c) Sehat secara fisik, artinya remaja memiliki kondisi tubuh yang prima dalam menjalankan aktifitasnya.

2) Aspek Psikis, yang terdiri dari :

- a) Respek terhadap diri sendiri dan orang lain, artinya remaja mampu menilai hasil kerja orang lain dan dirinya dengan rasa menghargai.

- b) Memiliki Insight dan rasa humor, artinya remaja memiliki naluri untuk bersenda gurau secara normal.
 - c) Memiliki respons emosional yang wajar, artinya remaja memiliki kemampuan dalam mengendalikan suasana hati dan pikirannya.
 - d) Mampu berpikir realistis dan objektif, artinya remaja memiliki perasaan yang tidak mudah terpengaruh tanpa adanya bukti.
 - e) Terhindar dari gangguan-gangguan psikologis, artinya remaja mampu mengendalikan masalah yang ada.
 - f) Bersifat kreatif dan inovatif, artinya remaja memiliki kemauan untuk melakukan pembaharuan yang positif dalam hidupnya.
 - g) Bersifat terbuka dan fleksibel, artinya remaja memiliki kemampuan komunikasi dan interaksi yang baik pada orang lain.
 - h) Memiliki perasaan bebas untuk memilih, menyatakan pendapat dan bertindak, artinya remaja memiliki keberanian untuk menyuarakan pemikirannya yang positif.
- 3) Aspek Sosial, yang terdiri dari :
- a) Memiliki perasaan empati dan rasa kasih sayang (affection), artinya remaja memiliki rasa peduli terhadap hal yang menimpa sekitarnya.
 - b) Mampu menjalin interaksi dengan lingkungannya secara sehat, artinya remaja memiliki kemampuan untuk menjaga perasaan orang lain dan perilaku dirinya sendiri.
 - c) Bersifat saling menghargai dan tidak membedakan tingkat sosial, pendidikan, agama, ras/suku, dan warna kulit, berarti remaja

mampu bersikap tidak diskriminatif terhadap pandangannya kepada orang lain.

4) Aspek Moral Religius, yang terdiri dari :

- a) Taat kepada Tuhan dan mampu menjalani ajaran-Nya, artinya remaja meyakini dan berpegang teguh pada kepercayaan yang dianutnya.
- b) Tidak berbohong, bertanggung jawab, dan tulus dalam beramal, artinya remaja mampu secara konsisten untuk bertindak dan berkata benar sesuai dengan fakta yang terjadi.

c. Faktor yang Mempengaruhi Kesehatan Mental

Faktor yang mempengaruhi kesehatan mental menurut Sarwono (2011) sebagai berikut:

- 1) Mempunyai tujuan yang sehat pada sesuatu yang telah terjadi pada lingkungan maupun diri sendiri.
- 2) Mempunyai kecakapan menyesuaikan diri pada segala kemungkinan dan kemampuan mengatasi persoalan yang dapat dibatasi.
- 3) Tercapainya tujuan sifat seseorang yang baik, dan juga tidak merugikan lingkungan sekitarnya.

Dengan melihat bagian-bagian tersebut, dapat diartikan sifat orang yang sehat mentalnya yaitu dengan adanya keserasian fungsi-fungsi jiwa yang realtif sempurna, memiliki kemampuan maksimal untuk menghadapi dan mengatasi goncangan-goncangan, dapat menyesuaikan diri dengan

baik terhadap diri sendiri maupun orang lain, dapat mengatasi kesulitan-kesulitan yang timbul dari berbagai faktor dalam kehidupan, tidak merugikan orang lain, ikut bertanggung jawab terhadap sesama, dapat menyatakan isi hatinya dengan bebas dan tepat, merasa bahwa dirinya diperlakukan adil oleh orang lain, memiliki keseimbangan emosi, tidak ketergantungan pada sesuatu. Sedangkan ciri-ciri orang yang tidak sehat mentalnya, (Notoatmodjo, 2012):

- 1) Yang terlihat perlu pelayanan kejiwaan.
- 2) Tidak dapat menyesuaikan terhadap masyarakat (social).
- 3) Perlunya diagnosis kejiwaan.
- 4) Ketidak bahagiaan yang bersifat subyektif.
- 5) Tanda-tanda / gejala-gejala gangguan jiwa secara obyektif, dan
- 6) Kegagalan penyesuaian yang positif.

Setelah mengenal ciri-ciri mental yang tidak sehat disimpulkan bahwa tidak adanya keserasian antara fungsi-fungsi jiwa sehingga tidak mampu mengatasi goncangan-goncangan, orang yang gagal dalam mengadakan penyesuaian (maladjusted), tidak dapat menerima kenyataan dirinya ataupun orang lain, banyak menggantungkan diri pada orang lain, merasa tidak bebas, erasa tidak bahagia dan tidak punya teman, banyak dikuasai oleh emosi, tidak menatap masa depan dengan baik.

3. Media Sosial

a. Pengertian

Kehadiran media dengan segala kelebihanannya telah menjadi bagian hidup manusia. Perkembangan zaman menghasilkan beragam media, salah satunya media sosial. Media sosial merupakan media di internet yang memungkinkan pengguna untuk mewakilkan dirinya maupun berinteraksi, bekerja sama, berbagi, berkomunikasi dengan pengguna lain, dan membentuk ikatan sosial secara virtual. Nilai-nilai yang ada di masyarakat maupun komunitas juga muncul bisa dalam bentuk yang sama atau berbeda di internet. (Nasrullah, 2015).

Media sosial merupakan sebuah media online melalui aplikasi berbasis internet, dapat digunakan untuk berbagi, berpartisipasi dan menciptakan konten berupa blog, wiki, forum, jejaring sosial dan ruang dunia virtual yang didukung oleh teknologi multimedia yang semakin canggih dan hebat. Media sosial memiliki kelebihan yaitu cepat dalam penyebaran informasi, sebaliknya kelemahannya yaitu mengurangi intensitas interaksi interpersonal secara langsung atau tatap muka, kecanduan yang berlebihan serta persoalan hukum karena kontennya yang melanggar moral, privasi serta peraturan (Sudiyatmoko, 2015).

Media sosial adalah media yang berupa situs dan aplikasi yang melibatkan teknologi berbasis internet. Media berbasis teknologi internet ini mendorong dan memungkinkan penggunaannya saling terhubung dengan siapa saja, baik orang-orang terdekat hingga orang asing yang tidak pernah dikenal sebelumnya. Para peserta FGD mengartikan media sosial sebagai media yang memberikan fasilitas layanan jaringan online

yang dapat menghubungkan orang-orang secara individu atau kelompok (Obar, J.A and Wildman, S., 2015).

Berdasarkan beberapa paparan mengenai media sosial, penulis menyimpulkan bahwa media sosial merupakan sebuah media online berbasis internet yang diggnakan oleh para penggunanya untuk berinteraksi, mencari informasi dan menuangkan ide ataupun gagasan.

Media sosial sendiri sudah banyak digunakan baik dari kalangan anak-anak, remaja maupun orang dewasa. Media sosial saat ini bisa dikatakan menjadi harapan dan bisa juga menjadi bahaya yang luar biasa di kalangan masyarakat saat ini.

b. Karakteristik Media Sosial

Karakteristik Media Sosial Media sosial memiliki karakteristik khusus yang tidak dimiliki oleh beberapa media siber lainnya. Ada batasan-batasan dan ciri khusus tertentu yang hanya dimiliki oleh media sosial dibanding dengan media lainnya. Adapun karakteristik media sosial (Nasrullah, 2015) yaitu :

1) Jaringan (network).

Media sosial memiliki karakter jaringan sosial. Media sosial terbangun dari struktur sosial yang terbentuk di dalam jaringan atau internet. Jaringan yang terbentuk antar pengguna (users) contohnya seperti Facebook, twitter dan lain-lain.

2) Informasi (information)

Di media sosial, informasi menjadi komoditas yang dikonsumsi oleh pengguna. Komoditas tersebut pada dasarnya merupakan komoditas yang diproduksi dan didistribusikan antar pengguna itu sendiri.

3) Arsip (archive)

Bagi pengguna media sosial, arsip menjadi sebuah karakter yang menjelaskan bahwa informasi telah tersimpan dan bisa diakses kapan pun dan melalui perangkat apa pun. Setiap informasi apa pun yang diunggah di Facebook informasi itu tidak hilang begitu saja saat pergantian hari, bulan bahkan sampai tahun.

4) Interaktif (interactivity)

Karakter dasar dari media sosial adalah terbentuknya jaringan antar pengguna. Jaringan ini tidak sekedar memperluas hubungan pertemanan atau pengikut di internet semata, tetapi juga harus dibangun dengan interaksi antar pengguna tersebut.

5) Simulasi Sosial

Interaksi di media sosial memang menggambarkan bahkan mirip dengan realitas, akan tetapi ada juga interaksi yang terjadi adalah simulasi dan terkadang berbeda sekali. Perangkat di media sosial bisa memungkinkan siapa pun untuk menjadi siapa saja, bahkan bisa jadi pengguna yang berbeda sekali dengan realitasnya.

6) Konten Pengguna

Karakteristik ini menunjukkan konten oleh pengguna ini menandakan bahwa di media sosial khalayak tidak hanya memproduksi konten

mereka sendiri melainkan juga mengonsumsi konten yang diproduksi pengguna lain.

7) Penyebaran

Penyebaran adalah karakter lain dari media sosial, tidak hanya menghasilkan dan mengonsumsi konten tetapi juga aktif menyebarkan sekaligus mengembangkan konten oleh penggunanya.

c. Dampak Penggunaan Media Sosial

Dampak secara sederhana dapat diartikan sebagai pengaruh atau akibat. Dampak dari media sosial terbagi menjadi positif dan negatif (Nasrullah, 2015):

1) Dampak Positif

a) Untuk menghimpun keluarga, saudara, kerabat yang tersebar. Berperan untuk mempertemukan kembali kerabat yang jauh dan sudah lama tidak bertemu. Pada zaman modern ini, seperti yang telah diketahui bahwasanya ilmu dan teknologi semakin berkembang pesat, salah satunya media sosial, menjadi ladang berburu bagi masyarakat untuk perihal keagamaan, ekonomi, politik, sosial, budaya, bahkan sifatnya internasional. Untuk itu, bagi masyarakat yang memiliki saudara yang tinggalnya jauh sudah tidak perlu khawatir, mereka kapan saja, dimana saja bisa berkomunikasi melalui handphone maupun laptop.

b) Sebagai media penyebaran informasi

Informasi terkini sangat mudah didapatkan dan mudah sekali untuk menyebar melalui media sosial. Hanya dalam beberapa menit, kita bisa mengakses dan menerima informasi tersebut.

c) Memperluas jaringan pertemanan

Melalui media sosial kita dapat berkomunikasi dengan siapa saja, bahkan dengan orang yang belum kita kenal sekalipun dari berbagai penjuru dunia.

d) Jejaring sosial membuat lebih bersahabat, perhatian, dan Empati

Melalui media sosial juga melatih kita untuk lebih toleransi antar sesama.

e) Sebagai sarana untuk mengembangkan keterampilan dan sosial

Dalam media sosial tak hanya mementingkan diri sendiri, namun juga belajar beradaptasi, bersosialisasi dengan publik dan mengelola jaringan pertemanan.

f) Sebagai media promosi dalam bisnis

Melalui media sosial pengusaha kecil dapat mempromosikan produk dan jasanya tanpa mengeluarkan banyak biaya. Bahkan hanya melalui media sosial banyak sekali pengusaha kecil yang mendapat omset yang lebih menguntungkan.

2) Dampak Negatif

a) Kecemasan

Kecemasan diawali oleh stres yang dihasilkan dari keinginan individu untuk terus membentuk gambaran diri yang tidak realitis

dan membentuk persepsi kesempurnaan yang tidak mampu diraih oleh individu dalam media sosialnya. Stres yang disebabkan oleh kecemasan sosial dihubungkan dengan individu yang selalu mencoba memproyeksikan dirinya secara sempurna dan konstan dari waktu ke waktu.

b) Depresi

Depresi dalam penggunaan media sosial salah satunya dipicu karena mengalami kegagalan dalam membangun keintiman. Seseorang cenderung lebih sering menampilkan sisi kesuksesan dan kebahagiaan hidup dalam media sosialnya dibandingkan harus jujur menjadi siapa diri mereka sesungguhnya.

c) Aktivitas Kriminal

Individu yang tidak bertanggung jawab akan menggunakan media sosial sebagai sarana untuk menyembunyikan identitas mereka yang sesungguhnya. Mereka dapat melakukan berbagai aksi seperti cyber bullying, perdagangan manusia, serta perdagangan obat terlarang.

d) Harga Diri Rendah

Penggunaan media sosial digunakan remaja sebagai ajang untuk menjadi yang “terbaik”, sebagai contoh remaja berusaha menunjukkan penampilan mereka yang terbaik, dalam segi gaya hidup maupun kemampuan. Hal ini membuat remaja yang tidak bisa

melakukan hal yang sama akan merasa pesimis dan menimbulkan harga diri rendah.

e) Komparasi Sosial

Seseorang terus menerus mengamati berbagai hal yang terjadi dalam kehidupan temannya melalui postingan foto dan videonya di media sosial yang membuat seseorang membandingkan dengan kehidupannya sendiri. Hal ini dapat menimbulkan rasa cemburu, cemas, stress, hingga depresi.

f) Kestabilan Emosi

Konten dari media sosial yang sangat luas membuat penggunanya dengan sangat bebas mengakses dan melihat apapun, termasuk yang mengandung unsur yang memicu perubahan emosi.

g) Membuat kecanduan atau ketergantungan

Konten media sosial yang luas, banyaknya fitur menarik, dan member kenyamanan bagi remaja membuat remaja tidak bisa lepas darinya, sehingga menyebabkan kecanduan media sosial.

d. Jenis-jenis Media Sosial

1) Proyek Kolaborasi

Merupakan media sosial yang berbentuk website, dimana penggunanya diizinkan untk mengubah, menambah, atau menghapus konten didalam situs tersebut. Contohnya adalah wikipedia, wordpress.

2) Konten

Pengguna media sosial didalamnya dapat berbagi konten seperti video, e-book dan gambar. Contoh penerapannya adalah Tik Tok, instagram dan youtube.

3) Situs Jejaring Sosial

Aplikasi yang mengizinkan penggunanya untuk dapat terhubung dengan informasi pribadi yang telah dibuat. Informasi pribadi tersebut berupa postingan foto atau video. Contohnya adalah FB dan IG.

4) Blog dan Mokroblog

Aplikasi ini dapat membuat pengguna bebas untuk mengekspresikan segala hal dalam sebuah blog yang berisi curhatanhati maupun sebuah kritikan. Contoh yang sering digunakan adalah facebook dan twitter.

5) Game World Virtual

Dunia permainan berbasis virtual . Contoh dari penerapannya adalah online game.

6) Social Work Virtual

Dunia sosial berbasis virtual yang menggunakan perangkat VR (Virtual Reality) yang dipasangkan diarea mata manusia.

4. Tiktok

a. Pengertian

Perkembangan penggunaan media sosial sebagai sarana komunikasi menjadi sangat pesat. Menurut Nasrullah (2015), media sosial adalah medium di internet yang memungkinkan pengguna merepresentasikan dirinya dalam berinteraksi, bekerja sama, berbagi, berkomunikasi dengan

pengguna lain membentuk ikatan sosial. Salah satu bentuk media sosial yaitu aplikasi Tik Tok.

Aplikasi Tik Tok adalah sebuah jaringan sosial dan platform video musik yang diluncurkan pertama kali di Tiongkok pada september 2016. Aplikasi ini adalah aplikasi pembuatan video pendek dengan didukung musik, yang sangat digemari oleh orang banyak dari semua kalangan masyarakat (Aji, 2020).

Tik Tok merupakan salah satu aplikasi yang paling terpopuler dan diminati di dunia. Aplikasi Tik Tok digunakan untuk merekam, mengedit dan mengunggah ke beberapa media sosial sehingga dapat dilihat oleh teman-teman baik sesama pengguna aplikasi Tik Tok maupun yang bukan pengguna aplikasi Tik Tok (Arifin, 2019).

Perbedaan media sosial tik tok dengan media sosial lain adalah aplikasi Tik Tok memiliki berbagai macam fitur yang bisa dinikmati penggunaannya. Menurut Arifin (2019), fitur yang tersedia didalam aplikasi tiktok adalah terdapat fitur spesial effects yang terdiri dari effects shaking dan shivering yang berfungsi untuk menciptakan sebuah video yang menarik. Selain itu, tiktok dilengkapi dengan fitur music background dari berbagai artis terkenal dari berbagai penjuru dunia, dan fitur wajah yang penggunaannya dapat membuat video dengan berbagai rupa tampilan wajah unik mulai dari wajah lucu, seram, sedih, marah dan lain-lain.

Aplikasi media sosial tik tok memiliki berbagai konten video yang ingin mereka buat dengan mudah. Tidak hanya melihat dan menirukan,

mereka juga dapat membuat video dengan cara mereka sendiri. Mereka dapat menuangkan berbagai video-video yang kreatif sesuai dengan ide-ide mereka. Tidak hanya mengenai video-video menarik, joget, lipsync dll, mereka juga bisa ikut tantangan-tantangan yang dibuat pengguna lain (Marini, 2019).

b. Sejarah Singkat

Aplikasi TikTok ini diluncurkan oleh perusahaan asal Tiongkok, China, ByteDance pertama kali meluncurkan aplikasi yang memiliki durasi pendek yang bernama Douyin. Hanya dalam waktu 1 tahun, Douyin memiliki 100 juta pengguna dan 1 miliar tayangan video setiap hari. Popularitas Douyin yang tinggi membuatnya melakukan perluasan ke luar China dengan nama TikTok.

Menjelaskan lebih lanjut tentang pencapaian dari pengguna aplikasi Tik Tok, www.kompas.com diketahui bahwa Indonesia sumbang angka unduhan TikTok terbanyak di dunia. Perhitungan ini mulai dilakukan dari 1-31 agustus 2020. Unduhan dihitung berasal dari toko aplikasi utama Google Playstore di Android dan App Store di IOS. Tulisan ini menunjukkan bahwa TikTok masih menjadi aplikasi favorit.

c. Dampak

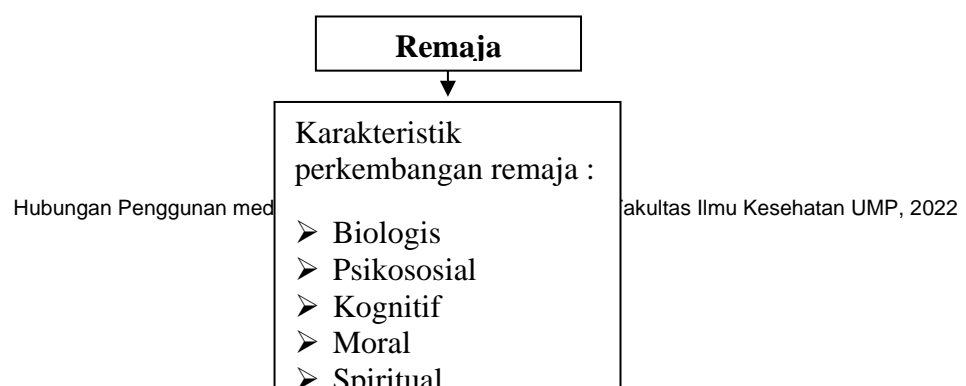
Dalam penggunaannya, aplikasi Tik Tok memiliki muatan positif, misalnya sebagai ajang hiburan dan mengeksistensi diri untuk memberikan kepuasan bagi dirinya sendiri maupun orang lain, selain itu dengan menggunakan aplikasi Tik Tok penggunannya dapat

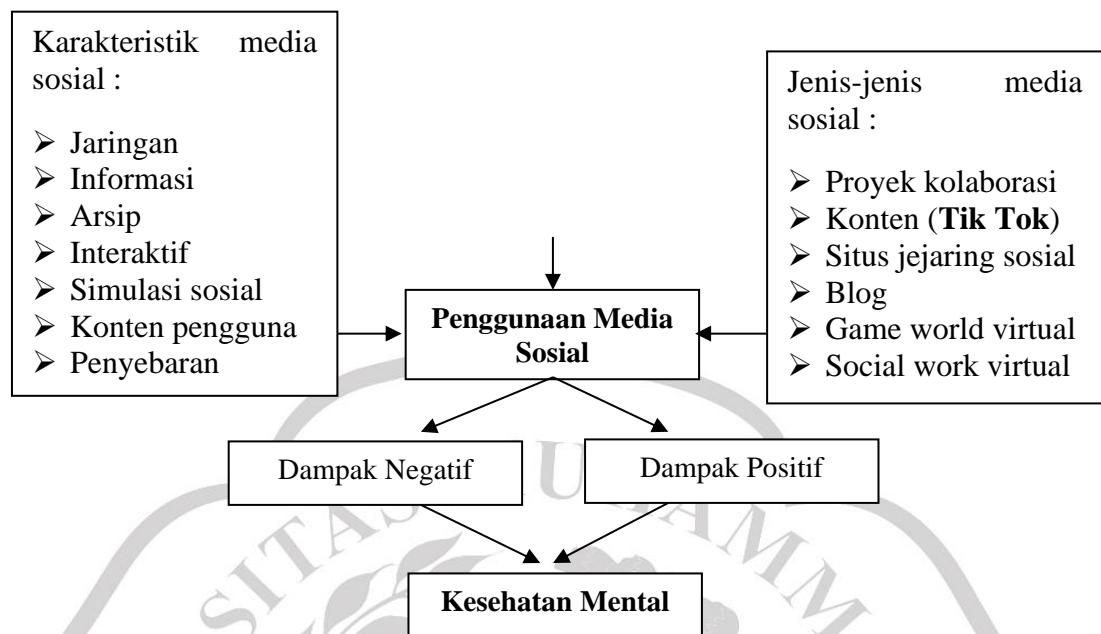
mengeluarkan kreativitas dan bakat yang dimiliki misalnya seperti bernyanyi, dubbing, membuat konten-konten yang seru (Kusuma, 2020).

Popularitas Tik Tok tidak hanya membawa dampak positif saja tetapi membawa dampak negatif juga, yang disebabkan oleh kurangnya konsep diri dari individu itu sendiri, misalnya dalam penggunaan baju yang seksi dan joget dengan goyangan yang erotis dan tidak pantas untuk dilakukan, ironisnya banyak penggunanya khususnya remaja yang mencoba untuk mengikuti hal tersebut, ini dilakukan untuk menjadi pusat perhatian kemudian menjadi viral (Kusuma, 2020). Secara tidak langsung, penggunaan tiktok dapat merusak mental penggunanya di mana kita akan menemukan berbagai macam video. Dengan begitu, kita akan melihat banyak orang yang lebih baik dari kita melalui konten yang mereka buat. Maka, tak jarang pengguna Tik Tok membandingkan dirinya dengan content creator di Tik Tok. Bahkan sampai menimbulkan rasa insecure karena merasa tidak bisa melakukan seperti apa yang orang lain lakukan di Tik Tok. Tak sedikit remaja yang menjadi overthinking terhadap kehidupannya saat ini atau bahkan kehidupan di masa mendatang.

C. Kerangka Teori

Kerangka teori merupakan kerangka yang dibangun dari berbagai teori yang ada dan saling berhubungan sebagai dasar untuk membangun kerangka konsep (Hidayat, 2015).



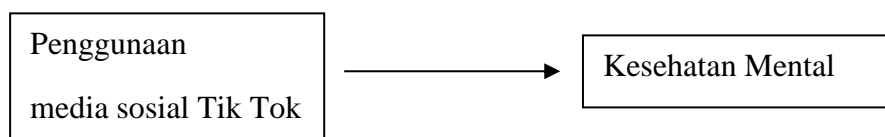


Gambar 2.1 Kerangka Teori

Referensi : Wong (2009), Nasrullah (2015)

D. Kerangka Konsep

Kerangka konsep atau kerangka berfikir merupakan dasar pemikiran pada penelitian yang dirumuskan dari fakta-fakta, observasi dan tinjauan pustaka. Kerangka konsep menurut teori, dalil atau konsep-konsep yang akan dijadikan dasar untuk melakukan penelitian (Notoatmodjo, 2012).



Gambar 2.2 Kerangka Konsep

E. Hipotesa Penelitian

Hipotesis dalam suatu penelitian berarti jawaban sementara penelitian, patokan duga, atau dalil sementara, yang kebenarannya akan dibuktikan dalam penelitian tersebut. Setelah melalui pembuktian, maka hipotesis dapat benar atau salah, bisa diterima bisa ditolak (Sugiyono, 2016). Adapun hipotesa dalam penelitian ini adalah :

Ha : Ada hubungan penggunaan media sosial tik tok bagi kesehatan mental remaja.

Ho : Tidak ada hubungan penggunaan media sosial tik tok bagi kesehatan mental remaja.